

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Inscription par e-mail auprès de :
François Lang
langfrancois44@gmail.com

Règlement sur place

Merci de nous prévenir en cas d'annulation.

Tarif unique chambre à deux
140 €

POUR S'Y RENDRE

MFR de l'IREO
4 rue Jules Verne
85250 Saint Fulgent

En voiture : sur l'autoroute A83, prendre la sortie 4 vers la Roche sur Yon/Les Sables d'Olonne/Montaigu, puis suivre la D763 puis, la D1137 et enfin la D37 vers Saint Fulgent

En train : **Gare la plus proche : Montaigu** (23 km de la MFR), TER Nantes – Montaigu (Départs de Nantes à 15:35 ou 16:35)

SESSHIN
27 au 29 Mai 2023



Anatol Knotek, 2023

Dirigée par Konstantin
San Gyo Schikarski
moine zen



www.zen-road.org

ARRIVÉE

Vendredi 26 Mai à partir de 18 heures.

DÉPART

Lundi 29 Mai vers 15 heures après le samu nettoyage.

La sesshin a lieu à la MFR de l'IREO, 4 rue Jules Verne, 85250, Saint Fulgent

APPORTER

- zafu
- habits confortables de couleur sombre
- bol, serviette de table, cuillère et fourchette
- chaussures pour l'intérieur
- sac de couchage ou draps
- oreiller (traversins disponibles)

L'utilisation des téléphones portables est fortement déconseillée pendant la sesshin.

Konstantin San Gyo Schikarski



Konstantin San Gyo Schikarski est un disciple de **Philippe Reiryu Coupey**. Il a été ordonné moine par ce dernier en 2006. Il vit avec sa famille à Berlin. Il pratique et enseigne au **dojo Mokudogen de Berlin**.

L'enseignement sera donné en allemand avec une traduction en français.

Informations

Des navettes seront organisées à l'arrivée et au retour pour la gare de Montaigu.

Envoyez vos horaires d'arrivée et demandes de navettes à François Jan : frs.jan@gmail.com